
Subject: Diffuse AA

Posted by [Tristesse25](#) on Fri, 31 Dec 2010 12:17:05 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo ihr Lieben,

mich würde interessieren, ob jemand von euch die gleiche Diagnose bekommen hat;welche Behandlungsmethoden in Frage kommen, ob ihr alle Haare verloren habt/Haarersatz tragt etc. Bei mir hat es sich früh angekündigt durch ein oder zwei lichte Areale im Kindesalter (wovon eins geblieben ist und immer größer wird) und viele Jahre diffusen HA. Gleichzeitig habe ich mehrere seelisch einschneidende Erlebnisse im Kindesalter zu verzeichnen (dachte eigentlich ich sei drüber hinweg, aber hier gibt's ja viele Beiträge zur traumatischen AA, ich denke gerade drüber nach, ob eine Therapie Sinn machen könnte, bin aber eigentlich nicht der Typ Frau, der sich vor fremde Personen setzt und Probleme aus dem Leben erzählt ...).

Ich wünsche euch einen tollen Jahreswechsel und ein neues Jahr 2011 mit vielen schönen Erlebnissen

Subject: Aw: Diffuse AA

Posted by [angela](#) on Fri, 31 Dec 2010 12:34:23 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

AA wird ja gerne auf Stress und psychische Probleme geschoben. Sie spielen auch sicher eine Rolle. Manche Probleme lassen sich aber auch nicht so einfach abstellen und auch wenn man den Stress in den Griff bekommt, heißt das nicht, dass die Haare wieder kommen. Das kann ich aus Erfahrung bestätigen.

Ich habe diese Plage seit März 2005. In dieser Zeit hatte ich auch ein sehr stressfreies Jahr und auch in dieser Zeit hat sich der Haarwuchs nicht stabilisiert.

Es ist halt nicht so einfach.....

Subject: Aw: Diffuse AA

Posted by [Tristesse25](#) on Fri, 31 Dec 2010 12:44:36 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke Angela!

Wie wird der HA bei dir behandelt?

Ich glaube eigentlich auch nicht an den direkten Zusammenhang zwischen Stress-Haarerausfall. Dennoch möchte ich natürlich noch alles Mögliche probieren...

Subject: Aw: Diffuse AA

Posted by [angela](#) on Fri, 31 Dec 2010 13:44:58 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi,

ich bin nicht mehr in Behandlung. Als es anfang war ich in der Hautklinik. Dort gabs Cortisonsalbe und man empfahl mir Zinktabletten zu nehmen. Die Schilddrüse wurde wieder gecheckt, was ich aber sowieso regelmäßig machen lasse, da ich Morbus Basedow, eine autoimmune Schilddrüsenerkrankung habe. Ich war noch in Behandlung bei einer Heilpraktikerin, die hats versucht mit Akupunktur und chinesischen Kräutern - habe ich dann aber nach ca. 6 Monaten auch abgebrochen. Dann war ich noch bei einem Umweltmediziner. Der hat festgestellt, dass ich sehr sensibel auf elektromagnetische Strahlen reagiere - aber da kann man eh nix machen. Eine weitere Behandlung, die er empfohlen hat, habe ich aus kostengründen nicht machen lassen. Das war so eine Bioresonanz-Geschichte. Damit hatten wir allerdings unseren Sohn behandeln lassen (Ernährungsproblem) und es war sehr positiv - hat aber auch in 9 Monaten über 2000€ verschlungen.

Unsere HNO-Ärztin hat mir geraten div. Werte, die für die Haare wichtig sind, testen zu lassen. Dabei wurde festgestellt, dass ich Biotin- Zink-, Magnesium-, Vitamin B6 und B12 Mangel habe. Das habe ich alles über einen längeren Zeitraum genommen und ich hatte auch ein gutes Gefühl. Das Problem ist halt, dass man den Test selbst zahlen muss und dann macht man es nicht regelmäßig. Auch habe ich keine Lust dauernd irgenwelche Pillchen zu nehmen, aber mein Apotheker meinte, dass eine kurmäßige Einnahme nicht reichen würde sondern man müsste es dauerhaft nehmen... Ach ich weiß auch nicht. Vielleicht lasse ich jetzt im neuen Jahr diesen Test mal wieder machen.

Jetzt habe ich erst mal vor über mindestens 2 Monate diese Gamma Linoelensäure (Nachtkerzenöl- bzw. Borretschölkapseln zu nehmen.

Und so wurschelt man sich halt durch....

LG

Subject: Aw: Diffuse AA

Posted by [Tristesse25](#) on Fri, 31 Dec 2010 16:54:50 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Und wie sieht dein Haarstatus aus bzw. wieviele Haare verlierst du durchschnittlich?

Bei mir sind alle Werte super; Zink und B-Vitamine sind sogar bereits über dem Referenzbereich...Bioresonanz habe ich auch schon versucht...

Subject: Aw: Diffuse AA

Posted by [angela](#) on Fri, 31 Dec 2010 22:11:38 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Es sind so viele weg, dass ich nicht ohne Kopfbedeckung (Mütze oder Kopftuch) vor die Tür kann.

Subject: Aw: Diffuse AA
Posted by [Tristesse25](#) on Sat, 01 Jan 2011 10:46:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Oh nein, so schlimm hast du schon über Zweithaar nachgedacht? Ich wünsch' dir alles Gute für 2011!

Subject: Aw: Diffuse AA
Posted by [starlight](#) on Sun, 02 Jan 2011 09:38:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

auch bei mir wurde diffuse AA diagnostiziert, mal abgesehen von 3 runden kahlen Stellen konnte ich mir den Rest der Haar innerhalb von 6 Wochen praktisch vom Kopf nehmen.

Clarelux. Das war's. Denn irgendein Mangel wurde bei mir nicht festgestellt. Ach ja - und eine Sache, die viele von euch erfahren haben werden: jede Menge CD's mit Entspannungsmusik Und der Satz: "wenn der Stress weg ist, wachsen die alle wieder nach..." WAS FÜR STRESS bitte schön???

Der einzige Stressfaktor war dieser verdammte Haarausfall, man steht neben sich, guckt zu und kann NIX machen.

Als ich dann die Glatze hatte und Perücke getragen hab, hörte ich irgend wann auf, darüber nachzudenken. Wir dürfen es nicht zulassen, dass die Haarlosigkeit unser Leben bestimmt, auch wenn es schwer fällt. Und ich binn immer offensiv damit umgegangen. Wer meine "neue schicke Frisur" gelobt hat, okay, den hab ich in dem Glauben gelassen. Wer gefragt hat, hat eine ehrliche Antwort bekommen. Ich finde es wichtig, viele Menschen mit aufzuklären, dass wir keine ansteckende Krankheit haben oder so.

Viele liebe Grüße und alles Liebe und Gute für 2011.

Subject: Aw: Diffuse AA
Posted by [melanie1982](#) on Sun, 02 Jan 2011 09:45:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

super starlight

das ist die richtige einstellung. ich habe auch mit der zeit aufgehört meine krankheit in den vordergrund zu stellen. und man lebt es sich einfacher wenn einen das nicht total einnimmt.

Ig meli

Subject: Aw: Diffuse AA
Posted by [starlight](#) on Sun, 02 Jan 2011 10:03:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja eben - auch wenn wir alle Momente haben, in denen wir die Krankheit verfluchen Und eigentlich haben wir Glück! Uns fallen die Haare nicht wegen einer Chemo aus. Krebs ist ein Kampf, den man nicht immer gewinnt....

Wir sind gesund!!! Ich habe sehr lange gebraucht, um zu dieser Einstellung zu gelangen. Aber traurige Geschichten aus meinem unmittelbaren Umfeld haben mich schon dazu gebracht, mehr nach zu denken.

Ich habe im Moment Glück - nach 6 Monaten Glatze eine schöne Kurzhaarfrisur. Klar gab es Fragen, warum ich meine schönen langen Haare (die Perücke hatte ich entsprechend gewählt, ich hatte vorher auch schöne lange Haare) denn abgeschnitten hätte und so...

Allerdings weiß ich, dass die AA wieder kommen kann. Nur jetzt weiß ich auch, dass ich das überleben werde da ich gelernt habe, damit umzugehen. Den ersten Schock werde ich natürlich nicht vergessen - klar...

Liebe Grüße

Subject: Aw: Diffuse AA
Posted by [Tristesse25](#) on Sun, 02 Jan 2011 18:34:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Haarlosigkeit in 6 Wochen? Das klingt brutal!

Auf der anderen Seite: Es hört sich vllt. dumm an, aber manchmal wünsche ich mir in der Situation zu sein nicht mehr diese Büschel morgen sehen zu müssen, sondern einfach Ruhe zu aben...meinetwegen auch mit Perücke...
Aber der Gedanke ist wahrscheinlich einfacher gedacht als gelebt

Subject: Aw: Diffuse AA
Posted by [melanie1982](#) on Sun, 02 Jan 2011 18:52:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

bei mir war es dann auch radikal, innerhalb 3 monate waren meine kopfhaare weg

Subject: Aw: Diffuse AA
Posted by [Emma1964](#) on Sun, 02 Jan 2011 19:13:11 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,
ich habe zwar nicht Diffuse AA aber ich kann nachvollziehen das man jeden Morgen die Haare auf dem Kissen oder in der Badewanne nicht mehr sehen kann. Bei mir hat es im Juni 10 angefangen. Im November habe ich mir die verbliebenen Haare abrasiert und ich habe es nicht bereut. Ich kann es endlich auch mal vergessen. Die Werbung im Fernsehen für Shampoo macht mir nicht mehr aus. Ich fühle mich einfach besser. Liebe Grüße Emma

Subject: Aw: Diffuse AA
Posted by [melanie1982](#) on Sun, 02 Jan 2011 19:32:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@emma
oh ja ich hasse sie noch immer diese werbungen gg wirklich was ausmachen tun sie mir nicht. aber is ja lustig das nicht nur ich so denke.
